www.parlonsdrogue.com

Santé
et Services sociaux
Québec

LES DANGERS DU «CALAGE» D'ALCOOL

05-817-02

Québec

QU'EST-CE QUE LE « CALAGE » D'ALCOOL

Le « CALAGE », c'est l'action de boire une grande quantité d'alcool en très peu de temps. Il est pratiqué par des groupes de jeunes pour qui boire beaucoup d'alcool représente une épreuve ou un défi.

Le « CALAGE » peut provoquer une intoxication dangereuse pour la santé. Lorsque le taux d'alcoolémie dans le sang d'une personne atteint 200 mg / 100 ml ou plus, on parle d'une intoxication aiguë.

COMMENT AIDER UNE PERSONNE QUI EST INTOXIQUÉE PAR L'ALCOOL ?

Le « calage » peut provoquer une intoxication dangereuse et même la mort. Les médias ont parlé maintes fois de décès de jeunes causés par une intoxication aiguë à l'alcool.

Une intoxication aiguë à l'alcool peut causer la mort en moins d'une heure, d'où l'importance de suivre de près l'évolution des signes chez une personne qui semble avoir absorbé une grande quantité d'alcool en peu de temps.

Après avoir consommé de l'alcool ou d'autres drogues, si l'un de tes amis présente un ou plusieurs des signes suivants :

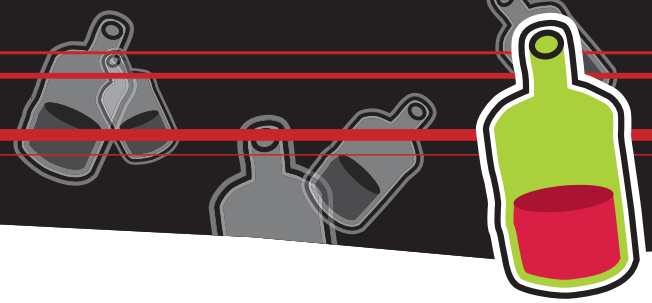
- **diminution importante ou absence de réaction**
- **perte de conscience ou sommeil profond**
- **difficultés respiratoires**
- **pouls faible**
- **vomissements répétés**
- **transpiration excessive**
- **peau moite ou hypothermie (peau froide)**

TU DOIS COMPOSER SANS HÉSITER LE 911. La personne présentant un ou plusieurs de ces signes ne doit jamais être laissée seule.

TU ES DANS LE DOUTE SUR LE DEGRÉ DE GRAVITÉ DE L'INTOXICATION D'UNE PERSONNE ?

Ne la laisse pas seule et appelle le service **Info-Santé** de ta région ou le **Centre Anti-poison** (1 800 463-5060), on saura t'aider.

LES DANGERS DU «CALAGE» D'ALCOOL



EXEMPLES DE CONSOMMATION	ALCOOLÉMIE*	EFFETS	QUOI FAIRE ?
Femme (125 lb ou 57 kg) **5** à **6** consommations Homme (175 lb ou 80 kg) **8** à **12** consommations	**200 à 300 mg / 100 ml**	• Langage incohérent • Confusion mentale • Diminution de la sensation de douleur • Somnolence • Vomissements	**ATTENTION ! ZONE À RISQUE** **Peut avoir besoin d'assistance médicale**
Femme (125 lb ou 57 kg) **7** à **9** consommations Homme (175 lb ou 80 kg) **13** à **16** consommations	**300 à 400 mg / 100 ml**	• Sommeil profond • Diminution importante de réaction • Transpiration excessive ou peau froide • Vomissements	**ATTENTION !** **Assistance médicale requise** **911**
Femme (125 lb ou 57 kg) **10** consommations et plus Homme (175 lb ou 80 kg) **17** consommations et plus	**Plus de 400 mg / 100 ml**	• Inconscience • Pouls faible • Absence de réflexes • Coma • Mort par arrêt respiratoire	

Ne pas laisser la personne seule
Essayer de communiquer avec elle pour savoir quelle quantité d'alcool elle a consommé

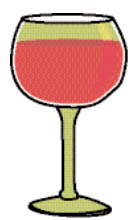
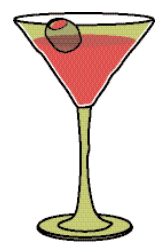
* Niveau d'alcoolémie pour une femme et pour un homme.
Source : *Drogues : Savoir plus, Risquer moins.* Comité permanent de lutte à la toxicomanie, 2003.

GARDER TOUTE SA TÊTE

Si tu choisis de consommer de l'alcool, il faut savoir que plus tu prends de consommations en une même occasion, plus le risque pour ta santé augmente. Tu ne devrais pas prendre plus de quatre consommations standards en une seule occasion.

Au-delà de la deuxième consommation chez la femme et de la troisième chez l'homme, le taux d'alcoolémie autorisé pour conduire un véhicule moteur au Québec peut être dépassé (80 mg/100 ml). Associée à des médicaments ou à des drogues, une seule dose d'alcool, même minime, peut avoir des conséquences néfastes immédiates.

QU'EST-CE QU'UNE CONSOMMATION STANDARD ?

Bière	Champagne	Vin	Vin apéritif	Spiritieux
5 % alc.	12 % alc.	12 % alc.	20 % alc.	40 % alc.
				
341 ml (12 oz)	**142 ml** (5 oz)	**142 ml** (5 oz)	**85 ml** (3 oz)	**43 ml** (1,5 oz)

Source : *Drogues : Savoir plus, Risquer moins.* Comité permanent de lutte à la toxicomanie, 2003.